

三つ葉しんぶん

2012年8月号

13

「三つ葉しんぶん」は患者さん・ご家族と、三つ葉医師・スタッフの双方向通信です。

こんなときは、介護保険証をご提示ください。

1. 新規で要介護認定の申請をしたとき
2. 要介護状態区分が変更となったとき
3. 認定の有効期間の更新があったとき
4. 引越しのほか、住民票の移動などで、新しい保険証が発行されたとき

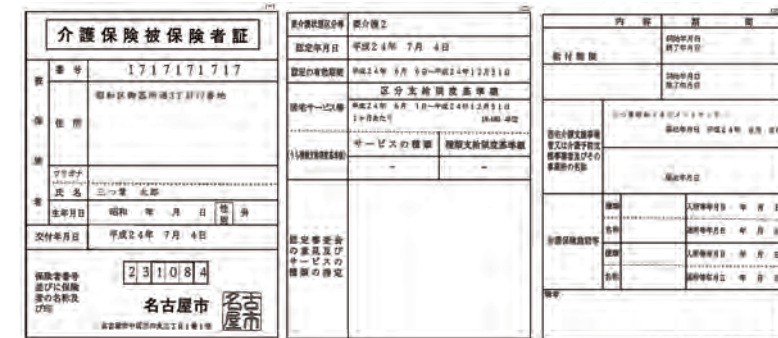
先月お願いした後期高齢者医療保険証、医療証の変更については、順調に確認が進んでいます。ご提示ありがとうございます。

ケアマネジャーさんや訪問看護師さんたちと連携したサービスを提供させていただくにあたり、介護保険証はたいへん重要ですので、こちらもご協力をお願いいたします。(医療事務チーム)



介護保険では、新規認定の際の有効期間は、原則6カ月、更新認定の際の有効期間は、原則12カ月となります(延長・短縮される場合もあります)。また申請日によって、それぞれの方の有効期限が異なりますので、きちんと確認させていただくようにしています。

新規認定、更新認定の効力は、原則として申請日にさかのぼって有効となります。



声

患者さんにご家族からのお便り



孫娘の結婚を家族で祝う

東京での結婚式に参加できない母のために、娘の発案で婚礼写真の前撮りを母の家で行い、その時のDVDを披露宴でお見せしました。

車いすの母に留袖を着せるために何度もリハーサルをしたり、撮影用に部屋を改修したら、偶然70年前に母が来た花嫁衣装が見つかったり……。

たった一人の孫ももう認識できませんが、その日は白無垢に加えて祖母の黒裾模様の衣装も着付けてもらった娘や新郎、私たち両親、母の友人にヘルパーさんたち……。皆が母と一緒に写真に収まり、心に残る一日となりました。

直前に熱発した母を往診で支えてバックアップしていただき、家族・関係者に新たな人生の物語をつむぐ機会を与えてくださった三つ葉の先生方に感謝しています。



口から食べることができるように

母の病名はパーキンソン症候群、てんかん、硬膜下血腫後遺症などで、要介護度は5です。昨年2度入院し、胃ろうを勧められました。しかし胃ろうを抜いてしまうことが心配でしたので、自宅で経口摂取をすることにしたところ、診療を三つ葉さんが引き受けてくださったので、今日まで一年近く在宅生活を続けることができました。

退院後は概ね2週に一回の往診をしていただき、大きな症状悪化もありません。母は右側臥位で食事をして、週1回ですがデイサービスにも行けるようになりました。

素敵なお便りをありがとうございます。皆さまの日ごろの出来事、想いなど、お便りをお待ちしております。同封のはがきをご利用ください。



一人で悩まないで!

ある若い患者さんは、お母さんが一人で介護をされていますが、介護の悩みにはお力になれることが少なく、心苦しく思うことがあります。でも、ある時「先生が来てくれると、部屋の空気が変わるんですよ。話を聞いてくれるのが嬉しいんです」と言っていたとき、少し肩の荷が下りました。

医療では解決できない問題もたくさんあります。それでも私たちが訪問して、お話を聞くだけでも、お力になれるかもしれないと思います。悩みを抱え込まず、聞いてほしいことがあったら、ぜひ話してみてください。

私は現在3歳の男の子の育児奮闘中でもあります。よく子育てと介護は共通点があると言われる。もちろん介護の方が大変な面はたくさんありますが、子育ても、特に1歳までの育児専念中には孤独感や閉塞感を感じることもありました。そんなときには、だれかと話すだけで救われました。それが患者さんのご家族の想いと重なります。



患者さんのお宅にお伺いすると、最初は正座をすることが多いのですが、そのうち脚を崩させていただくこともあります。体操座りなどし始めたら「じっくりお話を聞きますよ〜」のサイン。

明日も診療サポートの人と一緒に訪問します。

遠慮せんと、なんでも話してちょ〜!

(神谷・医師)

● 掲示板 ●

●在宅テストを実施しました!

今年も院内研修の一環として「在宅テスト」を実施しました。

昨年は、主に在宅診療・介護保険の制度やシステムについてでしたが、今年は「診療編」と題し、医師以外のスタッフを対象に行いました。

医師でなくとも、在宅医療に関わる以上、クリニックとして患者さんにどんな医療を提供しているのかを知っている必要があると考えています。

その土台の知識となる、私たちの体(臓器)のこと、在宅での医療管理のこと、検査・処置についてなどをみんなで身につけようと、がんばって勉強しました。



三つ葉のスタッフ紹介

こんにちは、医療事務の宮脇です。私の業務は、医療材料・器材の管理です。その中には在庫管理や発注のほか、院内で「前日準備」と呼んでいるものがあります。



患者さんはそのご病気の状態によって、医師訪問時の処置で使ったり、カテーテルなどを毎日交換したり、いろいろな医療材料を使用されています。ところが、入院の場合と違ってご自宅では、足りなくなったからといってすぐに入手できません。そこで、医師が訪問する際に、必要な物品を揃えて持っていけるように、数やサイズなど細かく確認しながら用意するのです。

患者さんにお会いする機会はほとんどありませんが、いつも自分の仕事の先に患者さんがいらっしやることを(お顔も勝手に!)思い描きながら、物品を手にとっています。

医療法人 三つ葉
三つ葉在宅クリニック
〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通 3-12
御器所ステーションビル 3F
TEL 052-858-3281 FAX 052-858-3282
URL <http://www.mitsuba-clinic.jp>

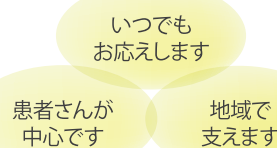


三つ葉しんぶん係メールアドレス
tsubuyaki@mitsuba-clinic.jp

■ 私たちの理念

最高の在宅サービスを提供し
安心して暮らせる社会を創造する

■ 安心を支えるために…



高血圧・低血圧

今月は「血圧」について考えてみます。

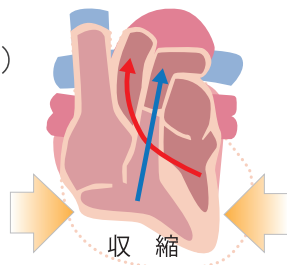
高血圧の日本人は約4,000万人もいるといわれています。うち、なんらかの治療をしている患者数は約800万人。すごい数ですね。「血圧が高い」だけでは特別に症状はなく、長年かかって密かに血管をむしばみ、脳血管障害や心臓、腎臓の病気につながります。そして低い方も要注意です。上手に管理していきたいものですね。

血圧って何？

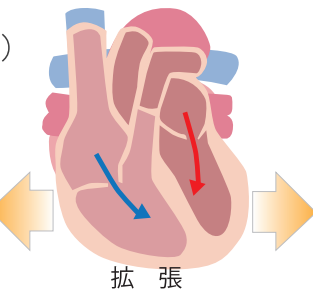
血圧とは、ズバリ血液が血管壁を押し出す力のことです。その力は、心臓から送り出される血液の量（心拍出量）と血管の硬さ（血管抵抗）によって決まります。

血圧の上・下って？

●上（最高血圧／収縮期血圧）
心臓が収縮して血液が大動脈に送り出されるとき血管に高い圧力がかかり、血圧は最高となります。



●下（最低血圧／拡張期血圧）
血液を送り出した後に心臓は拡張して肺などから血液を吸い込みます。このとき血管内の圧力は最低となります。



血圧計について

ベルトの部分を手腕に巻いて圧をかけていきます。ゆっくり圧を緩めていき、音（「コロトコフ音」といいます）が聞こえ始めたときが最高血圧、聞こえなくなったときが最低血圧です。

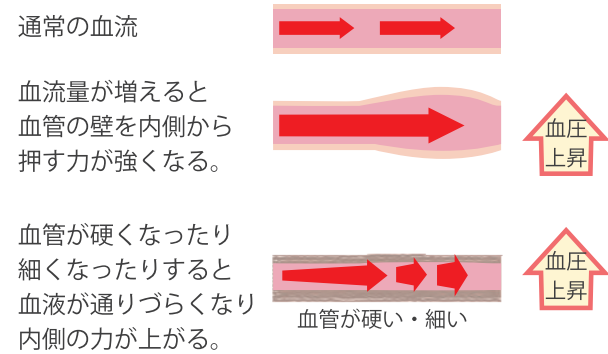


血圧の基準値は？

最高血圧（収縮期血圧） **140mmHg 未満**
最低血圧（拡張期血圧） **90mmHg 未満**
（日本高血圧学会）

140 / 90mmHg 以上で「高血圧」となります。

高血圧と血管の関係



血圧が高い状態が続くと、血管を圧迫し、血管の壁が破れてしまうことがあります。そして、傷ついた血管の壁に悪玉コレステロールが溜まりやすくなります。

これがさらに血管を硬くし、それによって血圧が上がる……という悪循環になるのです。

また、破裂する血管が動脈瘤（こぶ）や脳の血管であると、命にもかかわる大変なことになります。

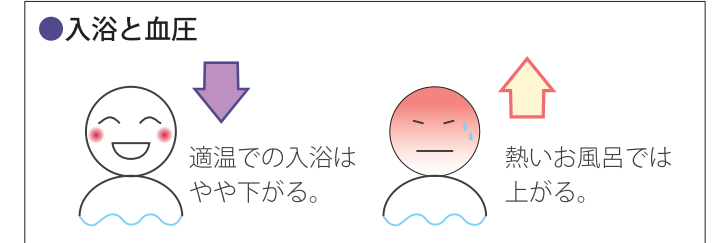
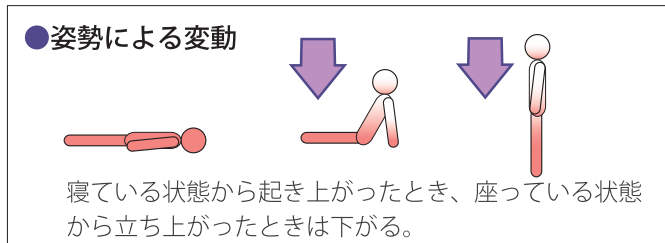
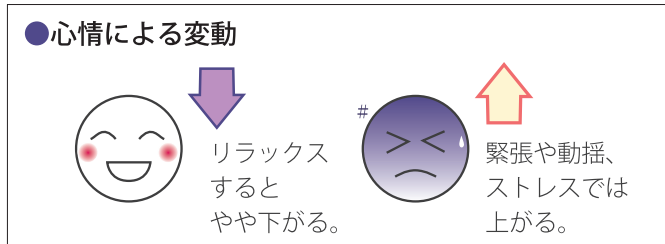
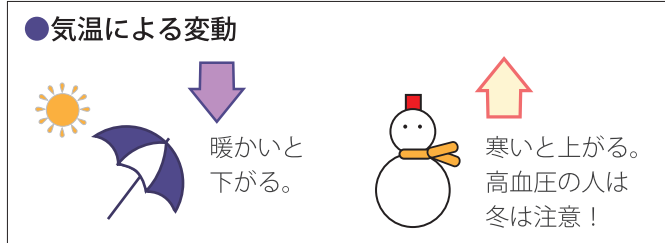
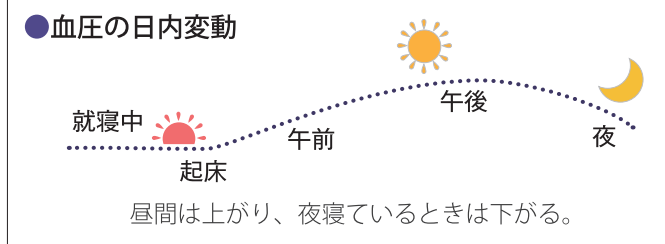
高血圧のお薬

高血圧の薬はたいへん種類が多く、血圧を下げる仕組みにもいろいろあります。

高血圧以外に心臓や腎臓の疾患があるかなどさまざまな点に配慮しながら、患者さんの状態に合わせて処方しています。

血圧は変動する

血圧は一定ではなく、一日の中でも上がったり下がったりしています。ちょっとした会話や動作、気持ちの変化、食事、排泄などでも変化があります。その変動幅は人によって異なりますが、大きくは60mmHg以上の変化があるといわれます。



低血圧にもご用心

「高血圧」は脳出血や心不全などの病気の引き金になり得る怖い状態。ただ血圧が低すぎるのも問題です。特に、突然血圧が下がる次のような症状には注意してください。

●起立性低血圧

心臓からポンプ送られた血液は、重力に逆らって脳に届きます。ところが、急に起き上がりたり立ち上がりたりするとそれが追いつかず、めまいなどを起こしてしまうことがあります。横になっているときに最高血圧150の人が、起き上がると（座位）70くらいまで下がる場合もあります。これは交感神経がうまく働かず、血圧を調整する機能が低下してしまうことが原因です。

脊髄損傷の方やパーキンソン病などの方にはよく見られ、糖尿病や動脈硬化の方にも起こり得ます。

●血管迷走神経反射

強いストレスやショックなどで「血管迷走神経」という自律神経のバランスが乱れ、血圧や脈拍が急激に下がることがあります。その結果、脳にいく血液量が確保できなくなり、失神やめまいを起こします。

若い人、元気な人にも起こり得る失神で、入浴中やトイレで突然倒れる…ということもあります。「排便中に失神する」というのは腸の周りに、この「血管迷走神経」が存在するからです。

